

**УВАЖАЕМЫЕ ЖИТЕЛИ
УЛЬЯНОВСКОЙ ОБЛАСТИ!**
Президент РФ В.В. Путин неоднократно обращал внимание граждан России на особые государственные меры, которые разворачиваются во всех регионах страны и направлены на предупреждение распространения COVID-19.

Губернатор Ульяновской области С.И. Морозов ежедневно информирует жителей о ситуации в области и мерах, организованных в регионе, по сохранению благополучной эпидемиологической ситуации относительно новой инфекции.

Несмотря на принимаемые государством меры, здоровье и жизнь каждого человека в такой напряженной эпидемиологической ситуации зависят от того, как он соблюдает меры защиты от нового вируса.

Именно поэтому мы, страховые представители «Капитал Медицинское Страхование», решили сегодня

поделиться важной и актуальной информацией о COVID-19.

О ВИРУСЕ

Коронавирус – это респираторный вирус, новый его тип, COVID-19.

Такие вирусы появляются и мутируют каждый год. А особому вниманию и мерам безопасности вирус обязан тяжелому осложнению: вирусной пневмонии.

Вирус передается двумя путями: воздушно-капельным и контактным. Это значит, что вирус передается при разговоре, кашле, чихании, через предмет, с которым контактировал больной.

Болезнь может протекать легко, и может обойтись насморком или легким недомоганием, а у кого-то симптомы будут серьезнее. В особой группе риска лица в возрасте старше 60 лет, поскольку в этой возрастной группе чаще встречаются хронические заболевания.

КАК ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ И БЛИЗКИХ

Сейчас самая важная задача для всех нас сделать так, чтобы замедлить распространение вируса, временно разобщить людей.

Для этого каждый из нас должен неукоснительно соблюдать следующие правила:

- Избегайте людных мест (торговых и развлекательных центров, общественного транспорта и т.д.), в том числе старайтесь не посещать поликлиники, если у вас нет ухудшения состояния здоровья при наличии хронического заболевания. При ухудшении состоянии здоровья вызывайте врача на дом или «неотложку».
- Поскольку во всех поликлиниках приостановлено проведение диспансеризации, профилактического медицинского осмотра и динамического диспансерного наблюдения, с этой целью тоже не посещайте медицинские учреждения.
- Соблюдайте правила личной гигиены: после каждого

контакта с внешним миром мойте руки с мылом. Старайтесь меньше трогать руками лицо.

➤ В очередях и магазинах старайтесь выдерживать дистанцию в 1,5-2 метра от других людей.

➤ Чаще дезинфицируйте гаджеты, особенно мобильный телефон.

➤ Если вы приехали из-за границы, выдерживайте 14-дневный карантин, сидите дома и попросите близких/соседей покупать вам продукты, гулять с собакой и так далее.

➤ Старайтесь оплачивать покупки пластиковой картой/гаджетами.

➤ По любому вопросу, связанному с COVID-19, можно позвонить по одному из номеров горячей линии:

- оперативный городской штаб – **8-800-200-01-12**,
- Министерство здравоохранения Ульяновской области – **8-800-200-73-07**,
- Роспотребнадзор – **8-800-555-49-43**,
- при администрации города – **8 (8422) 41-28-01** или **31-02-52**.



Если у вас проявляются признаки ОРВИ, даже самые легкие:

- Оставайтесь дома и вызовите врача,
- Не занимайтесь самолечением,
- Исключите контакты с людьми,
- Соблюдайте правила личной гигиены, тщательно мойте руки или обрабатывайте их антисептиками.

Страховые представители Контакт-центра филиала ООО «Капитал МС» в Ульяновской области всегда готовы предоставить

информацию о порядке оказания медицинской помощи, в том числе о COVID-19, проконсультировать о ваших правах при получении медицинской помощи на всех этапах по бесплатному телефону:

8-800-200-01-03

с понедельника по пятницу, с 8.00 до 17.00, звонок бесплатный.

Давайте все вместе с полной ответственностью позаботимся о своем здоровье и здоровье окружающих!